

ホットヨガラウンジLooP 6月レッスンスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
時間		体験OK 10:30~11:30 (女性限定) ライトホット	体験OK 10:30~11:30 (ライトホット) ライトホット	体験OK 10:30~11:30 ライトホット	体験OK 10:30~11:30 (ライトホット) ライトホット	10:00~11:00 (ライトホット) ライトホット	体験OK 10:30~11:30 (ライトホット) ライトホット
レッスン名		デコルテバストアップヨガ	ファーストヨガ	アロマリラックスヨガ	脚痩せ・ヒップアップヨガ	太陽のエネルギーアップヨガ	はじめてのパワーヨガ
時間		12:45~13:45	11:25~12:25		10:30~11:30	11:30~12:30	体験OK 13:00~14:00 (ライトホット) ライトホット
レッスン名		キャンドルリラックスフローヨガ	骨盤・姿勢改善コンディショニングヨガ		リンパデトックスヨガ	中医経絡アロマヨガ	脚痩せ・ヒップアップヨガ
時間		体験OK 13:00~14:00 (ライトホット) ライトホット	体験OK 13:00~14:00 ライトホット	体験OK 13:00~14:00 ライトホット	体験OK 13:00~14:00 ライトホット	体験OK 13:00~14:00 (女性限定) ライトホット	体験OK 14:30~15:30 ライトホット
レッスン名		ホットピラティス	肩こりむくみ解消デトックスヨガ	初夏の経絡ヨガ	アロマリンパトリートメントヨガ	デコルテバストアップヨガ	初夏の経絡ヨガ
時間			体験OK 18:30~19:30 (ライトホット) ライトホット	体験OK 19:30~20:30 (ライトホット) ライトホット		体験OK 17:00~18:00 (男性限定) 男性限定	
レッスン名			ファーストヨガ	脚痩せ・ヒップアップヨガ		メンズヨガ(9日のみ実施)	
時間	19:00~20:00	体験OK 19:00~20:00 ライトホット		19:30~20:30	体験OK 19:00~20:00 ライトホット	体験OK 19:00~20:00 ライトホット	
レッスン名	チャクラヒーリングフローヨガ	アロマリンパトリートメントヨガ		骨盤・姿勢改善コンディショニングヨガ	肩こりむくみ解消デトックスヨガ	姿勢改善ヨガ	
時間		体験OK 20:30~21:30 (女性限定) ライトホット	体験OK 20:00~21:00 ライトホット	体験OK 21:00~22:00 ライトホット	体験OK 20:30~21:30 (ライトホット) ライトホット		
レッスン名		デコルテバストアップヨガ	姿勢改善ヨガ	アロマリラックスヨガ	ナイトピラティス		

ホットヨガ	ホットヨガスタジオで行います
美しくなりたい	★★★★★ ダイエットヨガ ★★★★★ 脂肪燃焼ヨガ ★★★★★ ピラティス ★★★★★ 美顔小顔アンチエイジングヨガ
ヨガを深めたい	★★★★★ 太陽のエネルギーアップヨガ ★★★★★ はじめてのパワーヨガ ★★★★★ ファーストヨガ
健康になりたい	★★★★★ 骨盤調整ヨガ ★★★★★ 肩こりむくみ解消デトックスヨガ ★★★★★ 女性ホルモンアップヨガ
リラクゼーション	★★★★★ アロマリラックスヨガ ★★★★★ アロマリンパトリートメントヨガ ★★★★★ 星の癒しヨガニドラメディテーションヨガ

ウォームアップヨガ・フリー **フィットネスAスタジオ(常温)**で行います

暑いのが苦手
体力に自信がない
妊娠中・産後のダイエット

★★★★★ 姿勢改善・骨盤コンディショニングヨガ
★★★★★ 中医経絡アロマヨガ
★★★★★ キャンドルリラックスフローヨガ
★★★★★ リンパデトックスヨガ

体験OK 体験受講可能のクラス

女性限定 女性限定のクラス

ライトホット 35度前後のじんわり温かいのクラス

男性限定 男性限定のクラス

ウォームアップヨガ・フリー特割

* ホットヨガラウンジLooPの月会費
+
ウォームアップヨガ・フリーの月会費 ¥2,970/月
で追加受講できます(但しドロップインは除く)

